

On: 06 June 2013, At: 22:32

Publisher: Routledge

Informa Ltd Registered in England and Wales Registered Number: 1072954 Registered office: Mortimer House, 37-41 Mortimer Street, London W1T 3JH, UK



Leisure/Loisir

Publication details, including instructions for authors and subscription information:

<http://www.tandfonline.com/loi/rloi20>

Walking with God : physically and spiritually, par Dickie Hill

Gervais Deschênes^a

^a Université du Québec à, Chicoutimi

Published online: 26 Oct 2012.

To cite this article: Gervais Deschênes (2012): Walking with God : physically and spiritually, par Dickie Hill, Leisure/Loisir, 36:2, 235-238

To link to this article: <http://dx.doi.org/10.1080/14927713.2012.724956>

PLEASE SCROLL DOWN FOR ARTICLE

Full terms and conditions of use: <http://www.tandfonline.com/page/terms-and-conditions>

This article may be used for research, teaching, and private study purposes. Any substantial or systematic reproduction, redistribution, reselling, loan, sub-licensing, systematic supply, or distribution in any form to anyone is expressly forbidden.

The publisher does not give any warranty express or implied or make any representation that the contents will be complete or accurate or up to date. The accuracy of any instructions, formulae, and drug doses should be independently verified with primary sources. The publisher shall not be liable for any loss, actions, claims, proceedings, demand, or costs or damages whatsoever or howsoever caused arising directly or indirectly in connection with or arising out of the use of this material.

language to explain Plato's realism. He talks of a "*doxa* epistemology" to be contrasted with an "episteme epistemology" and discusses "the *really real* Forms" (p. 182). Plato's concerns simply cannot be represented in such condensed, obscure terms. This obscurity, largely absent from *The Meaning and Purpose of Leisure*, can be understood as the product of an overly ambitious attempt to compress complex philosophical discussions into too small a space and fit them into the Habermasian theory of the threats to the ideal of communicative discourse under contemporary capitalism.

We find another worrisome conflation of separate meanings in Spracklen's discussion of Wittgenstein's concept of language games. To claim that Wittgenstein "was one philosopher who did think about play and games" (p. 25) and to claim that his concept of language games "gives prominence to play, games and leisure in social discourse" (p. 26) is to slip between two very distinct meanings and uses of the term "game." Wittgenstein's (1953/2001) aim was "to show the fly the way out of the fly-bottle" (p. 309); that is, to dispel the mesmerizing effects of the reference theory of meaning and the misleading grammar of nouns, misleading, that is, for philosophers building theories of meaning. He claimed that a "picture held us captive" (Wittgenstein, 1953/2001, p. 115). These remarks are not at all about leisure practices, but about the genesis of philosophical errors through the misleading reification of nouns in a particular semantic theory. He uses the concept of "games" to illustrate the point that the reference theory of meaning does not work.

In conclusion, leaving aside these philosophical anomalies, we find a rich series of complex historically situated descriptions of a great variety of interesting leisure practices which do contribute to the intellectual enrichment of the concept of leisure in ways that differ significantly from other valuable contributions to this project such as that of Stebbins (2012) cited above.

References

- Habermas, J. (1987). *The theory of communicative action* (Vol. 2) (T. McCarthy, Trans.). Cambridge: Polity Press.
- Spracklen, K. (2009). *The meaning and purpose of leisure*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Stebbins, R.A. (2012). *The idea of leisure: First principles*. New Brunswick, NJ: Transaction.
- Wittgenstein, L. (1953/2001). *Philosophical investigations* (G.E.M. Anscombe, Trans.). Oxford: Blackwell.

Sheila Mason

Department of Philosophy, Concordia University, Montréal, QC, Canada

Email: sheila.mason@concordia.ca

© 2012, Sheila Mason

<http://dx.doi.org/10.1080/14927713.2012.724955>

Walking with God : physically and spiritually, par Dickie Hill, Abilene, Coach Book Company (<http://www.coachbookcompany.com>), 2006 (2ème édition), 322 pp., É-U \$10,00, ISBN 0-97-701900-4

Physical Walk

Although activity has been a part of my life for a long time and I know the side effects of no activity, the Lifetime Wellness class has given me additional information on the behind the scenes of the body. – BG

Spiritual Walk

My Lifetime Wellness class has helped me to focus on health each week and has made me more aware of my spiritual wellness. I am learning not to simply accept what I've been told, but to search for my own unique faith. – KH

Physical and Spiritual Walk

My physical and spiritual lives have a direct relation to each other. I did not see this until this year. I can directly relate the habits I use in my physical activities to the habits I have in my walk with God. Fitness brings many more positives than meets the eyes. – KM

Hill offre un ouvrage solide pour l'atteinte maximum du sentiment de bien-être tout le long de la vie par un programme de mise en forme qui va à contre-courant de cette tendance sociale à l'égard de la décrépitude relative au vieillissement de la population dans la plupart des pays occidentaux. Sa réflexion chrétienne nous arrive ainsi comme un vent de fraîcheur qui revitalise le sens de l'éducation à la santé par l'expérience du sport et du loisir comme outil indispensable dans la quête inéluctable d'un esprit sain dans un corps sain'. Il suggère même de dépasser les divers obstacles de l'existence en mettant en pratique sous la supervision d'un médecin avisé cet aphorisme livresque d'origine américaine : « Your body's many cries for water : You're not sick; You're thirsty (Don't treat thirst with medication) ». Le cadre de ce programme motivationnel comprend à la fois la 'marche physique' et la 'marche spirituelle' dans la perspective de *Lifetime Wellness class* dont participent des athlètes de la marche active cherchant par et pour eux-mêmes le sens existentiel de leur vie spirituelle dans le contexte d'une classe de conditionnement physique à laquelle s'inscrit cet ouvrage d'érudition sportive. Un fait intéressant ici à noter est le souci constant chez cet auteur de prendre soin du respect de l'individualité sacrée de chaque athlète engagé(e) dans ce programme de mise en forme puisque l'«esprit chrétien» propose avant tout l'intégrité absolue de la conscience personnalisée en lien avec le Christ Jésus et du Père Céleste qualifié par plusieurs de *Dieu-au-delà-de-Dieu*. En ce sens, Hill identifie les participant(e)s uniquement par les initiales des prénoms et noms lorsqu'il décrit qualitativement leurs témoignages rendant ainsi compte de l'effectivité de ce programme de mise en forme par la marche active.

Cette deuxième édition se divise en 13 chapitres contenant des sections bien distinctes abordant différents thèmes tels que : Chapitre 1 – Intérêt (pourquoi/priorités/disponibilité/planification); Chapitre 2 – Croyance (engagement/résolution/excuses/points de vue de Dieu); Chapitre 3 – Paperasserie (buts/prescription/contrat/motivation); Chapitre 4 – Éléments rudimentaires (quand – où – comment/zone bénéfique d'exercice/échauffement/repos); Chapitre 5 – Fréquence (10 minutes/une fois par semaine/flexibilité/relaxation); Chapitre 6 – Intensité (niveaux/effort minimum/progression/effort maximum); Chapitre 7 – Dangers (risques/blessures/sécurité/échec); Chapitre 8 – Physique (énergie/coeur/force/forme physique); Chapitre 9 – Sens de l'équilibre (utilise tes habilités ou perd-les/balance/perde de poids/pas de souffrance – aucun gain); Chapitre 10 – Principes d'entraînement (aérobie-endurance versus anaérobie-résistance/spécificité/progression/surcharge d'entraînement); Chapitre 11 – Sociale (relations/beauté physique/compétition/bonheur); Chapitre 12 – Esprit (santé mentale/concept de soi/stress/comportement); Chapitre 13 – Résultats (longévité/masculinité/féminité/service). L'auteur termine son ouvrage par la thématique 'Victoire du bien-être' qu'il décrit en exposant les différentes balises qui engagent à continuer ce cheminement expérientiel pour un meilleur sentiment de bien-être. Chacune des sections se structure par l'élaboration de sous-sections et de leur unité de contenu qui s'ordonnent dans une rhétorique pragmatique allant comme suit : (1) un verset biblique au début de chaque section; (2) une unité de signification d'un

pratiquant de la ‘marche physique’; (3) le développement de la pensée de l’auteur sous la rubrique ‘marche physique’; (4) description dans la marge droite de repères et de questionnements en termes d’activités sous-jacents à la ‘marche physique’; (5) une unité de signification d’un pratiquant de la ‘marche spirituelle’; (6) développement de la pensée de l’auteur sous la rubrique ‘marche spirituelle’; (7) questionnements et réflexions concernant les ‘préoccupations spirituelles’ à considérer à l’intérieur de son programme de mise en forme; (8) suggestions de références bibliques en lien avec la thématique de la section pour la méditation et la prière suscitant chez le lecteur un approfondissement de sa foi agissante.

La section sur la ‘marche physique’ de chaque chapitre traite régulièrement de consignes pratiques d’entraînement pour le rétablissement physique du(es) marcheur(se)s. À titre d’exemple, Hill explique les règles du jeu de la mise en forme cardio-vasculaire acceptable pendant une marche active qu’il nomme l’*Exercise Benefit Zone* (EBZ) dont il reprend souvent ce concept au fil de son ouvrage parce qu’il est le but ultime dans une session spécifique d’entraînement. Chacune de celle-ci doit être précédée par un temps d’échauffement et d’étirement pour améliorer la flexibilité musculaire ainsi qu’un temps de relaxation nécessaire à la fin de l’exercice physique de santé globale. L’auteur suggère de 10 à 20 minutes pour chacun de ces deux temps bien que cette règle soit plus ou moins facile à observer avec rigueur, car souvent le manque de temps qu’imposent les rapports accélérés et complexes des temps sociaux (i.e. travail/famille/loisir et sport/amitié/action associative et engagement socio-politique) restreint à respecter judicieusement ces deux moments important d’entraînement. La durée de la séance d’entraînement est de 40 à 50 minutes en raison de quatre à cinq fois par semaine en alternant tout en se permettant deux jours de repos selon ses capacités énergétiques. Il propose également de varier le rythme de la marche passant d’un pas lent à un pas rapide et vice versa. Aller au-delà de ces quelques règles élémentaires est un risque réel de blessures voire même de provoquer la mort surtout lorsque l’on souffre d’obésité et que l’on fait un retour précipité dans tout programme de mise en forme. Raison de plus d’aller de façon progressive pour une perte normale de poids. L’auteur observe également le problème avec le niveau de patience que possède un individu avec son besoin d’atteindre la forme physique et de la vitesse appropriée dans la pratique de la marche par sa visée spirituelle. Ainsi, les séances d’entraînement se basant sur le concept ‘Pas de souffrance – Aucun gain’ est une expression ambivalente voulant signifier tout d’abord que l’intensité de la douleur varie selon une échelle allant d’‘extrêmement difficile/forte douleur’ chez une catégorie d’individu et de ‘moins difficile/faible douleur’ pour une autre catégorie d’individu pour la même typologie d’exercice. Cette mentalité sportive est également cultivée chez les athlètes de hautes performances cherchant la victoire à tout prix en croyant que « If you experience enough pain, then you are sure to achieve a lot of gain » (p. 206). Cela est vrai à court terme, mais très risqué à long terme et n’est point applicable pour les non-athlètes qui ne désirent trop rapidement l’atteinte d’une bonne santé globale avec un sentiment de bien-être actualisé. Pour Hill, la clé du succès de ce programme de mise en forme réside dans le choix ajusté du type d’exercice qui causera le moins de stress et d’inconfort en acceptant le fait que la poursuite d’une activité physique quelconque comporte toujours un niveau minimal de stress et d’inconfort tout en acceptant son conseil avisé : « If you are to continue to participate in a fitness program, it is necessary that you believe the end result is worth the discomfort, or pain by some perceptions » (p. 207). De sorte qu’il est possible de limiter les blessures et de ne pas perdre la motivation toujours nécessaire en maintenant un haut niveau de capacité énergétique afin de persévérer dans l’atteinte de ces objectifs personnels à plus moyen-long terme.

La section sur la ‘marche spirituelle’ à chaque chapitre est ce temps minime alloué pour s’inspirer de la ‘Parole de Dieu’ qui est de l’ordre de la relation unique qu’entretient le marcheur dans sa conscience avec son Dieu qui est véritablement le Dieu de tous les humains pour autant qu’Il soit accepté comme tel. Cette ‘marche spirituelle’ permet de rétablir l’équilibre physique, émotionnel et mental de la personne en acceptant cette ascèse en vue de devenir meilleur. Il n’est certes pas question dans cet ouvrage d’appliquer littéralement les versets bibliques tel que le souligne l’auteur, et ce, pour éviter les sources d’incompréhension qu’ils pourraient susciter chez les autres pouvant causer un préjudice sérieux chez le(s) marcheur(se)s. Hill prévient avec clairvoyance que les problèmes entraînant des controverses se régulent entre l’art de la flexibilité lorsque cela est nécessaire et un temps pour marquer la position christique de manière assurée en pratiquant cette sagesse toute millénaire : « *If the issue under consideration is one that will determine where eternity is spent, then you must hold strongly to the teaching of Jesus. If it is not a salvation issue, you should be willing to listen to others and react in love* » (p. 111). Il est alors loisible de contempler les signes des temps dans un va-et-vient entre la ‘marche physique’ et la ‘marche spirituelle’ respectant le rythme personnaliste du corps par la pratique de la marche active dans les situations variées des structures spatio-temporelles dont elles s’inscrivent plus particulièrement dans les stades d’athlétisme/terrains sportifs, les gymnases intérieurs/extérieurs, les parcours en pleine nature et tous les milieux pouvant favoriser cette pratique ludique de la mise en forme attestée par la marche active.

Gervais Deschênes

Université du Québec à Chicoutimi

Email: gervais_deschenes@uqac.ca

© 2012, Gervais Deschênes

<http://dx.doi.org/10.1080/14927713.2012.724956>

Adventure education: an introduction, edited by M. Berry and C. Hodgson, Abingdon, Routledge, 2011, 264 pp., CAN\$55.95/£24.14 (paperback), ISBN 978-0-415-57185-2

It is a noteworthy undertaking to introduce an adventure education book into the complement of outdoor, adventure and experiential education texts that are currently in circulation. I believe that this text is a timely addition to that body of literature and agrees with the editors who write that this book is “essential reading for any student, teacher or practitioner looking to understand adventure education and develop their professional skills”. I would add that this book might be particularly useful for those living in the United Kingdom given its almost singular focus on that locale. That said, the theories, principles and practices contained within its pages offer insights for adventure educators who reside in other geographic locales.

The essential information conveyed in this text combines knowledges that might be available elsewhere but brings them together in a new and cogent manner. This edited book, which contains chapters on planning, experiential education, risk management, evaluation and the enhancement of professional development (among others) places deliberate attention on making reference throughout the text to content across chapters. For example, Berry (p. 78), in his Chapter 3 on teaching and learning makes reference to Chapter 7, acknowledging that more details about evaluation and outcomes will be forthcoming later in the text. This weaving together of an interconnected “story” of the primary introductory adventure education theories and praxes is not an easy task and the editors do an excellent